

Tradiční kuchyně

Obsahový cíl:

- Žáci poznají tradiční českou kuchyni, dokáží ji stručně popsat.
- Žáci představí tradiční kuchyni své země.
- Žáci vymyslí kvíz pro ostatní spolužáky.
- Žáci poznají různé tradiční kuchyně, zároveň ale poznají konkrétní preference svých spolužáků, které se nemusejí s tradiční kuchyní shodovat.
- Žáci identifikují to, co mají společného s ostatními spolužáky.

Jazykový cíl:

- Žáci na základě porozumění textu odpovídají na otázky.
- Žáci si osvojí slovní zásobu k tématu.
- Žáci mezi sebou diskutují.

Slovní zásoba:

tradiční kuchyně, jídlo, polévka, omáčka, menu, první/druhý/třetí chod, hlavní jídlo, dezert, stravování, pokrm, knedlík, Vánoce, recept, snídaně, oběd, večeře, další jídlo a potraviny (viz slovníček)

Jazykové prostředky:

typické jsou..., prvním/druhým chodem/dezertem je..., ...se obvykle skládá z..., ...často/někdy/obvykle..., Moje oblíbené jídlo je..., Jeho/její oblíbené jídlo je..., Nemám rád..., Nemá rád/ráda..., V ČR mi chutná..., V ČR mu/jí chutná..., Kamarádovi doporučím naše tradiční jídlo..., Kamarád mi doporučuje tradiční jídlo (Mexika, Vietnamu)...

Dostupné z portálu www.inkluzivniskola.cz, vytvořeného společností META, o.p.s. za finanční podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Provoz portálu je spolufinancován z prostředků Evropského fondu pro integraci státních příslušníků třetích zemí.



Tradiční kuchyně



1. Co jste viděli ve videu (<http://www.tvspoty.cz/kaufland-laska-prochazi-zaludkem-i-o-vanocich/>)? Brainstorming.

jídlo/potraviný
 stravovací zvyklosti
 kdy jíme/časový rozvrh jídel
 co pijeme
 společenské události/oslavy/svátky



Česká kuchyně je specifickým typem středoevropské kuchyně. Typické jsou husté **polévky** a mnoho druhů **omáček** s masem. Základem je vařená nebo dušená zelenina, pečené nebo dušené maso s přírodními omáčkami. Mnoho druhů koláčů a pečiva oblíbených ve střední Evropě pochází z české kuchyně. Česko má bohatou nabídku polních plodin, ovoce, zeleniny, ryb i zvířete. V Česku sbíráme houby a přidáváme je do jídla. České menu se obvykle skládá ze dvou nebo více chodů. Prvním chodem je polévka, druhým je hlavní jídlo. Někdy jíme také dezert, kompot nebo zeleninový salát.



2. Odpovězte ANO/NE. Pro českou kuchyni je typické:

- 2a** Husté polévky, mnoho druhů omáček s masem. ANO/NE
2b Základem je pouze zelenina. ANO/NE



3. Doplňte. Z jakých chodů se skládá české menu?

- 3a** První chod je
- 3b** Druhý chod je
- 3c** Třetí chod je



Polévka je důležitou součástí české kuchyně a tradičního stravování. Nejčastěji se připravují vývary a do nich přidáváme zeleninu, maso, luštěniny nebo nudle, knedlíčky a rostlinné koření. Někdy se k polévce jí pečivo. Tradiční polévky jsou: bramborová, česnečka, gulášová, hovězí s játrovými knedlíčky nebo nudlemi, fazolová, zelná s klobásou nebo kulajda.



4. Odpovězte ANO/NE

- 4a** Polévky nejsou součástí tradiční české kuchyně. ANO/NE
4b Připravujeme vývary a dáváme do nich chleba. ANO/NE
4c Ochutnali jste tradiční českou polévku. ANO/NE
4d Jakou?

Dostupné z portálu www.inkluzivniskola.cz, vytvořeného společností META, o.p.s. za finanční podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Provoz portálu je spolufinancován z prostředků Evropského fondu pro integraci státních příslušníků třetích zemí.





Hlavní jídlo nejvíce připravujeme z masa. Používáme hlavně vepřové, hovězí a drůbež. Oblíbené jsou pokrmy z mletého masa, sladkovodní ryby, králík a zvěřina. **Tradiční pokrmy jsou:** vepřový řízek, vepřo knedlo zelo, pečené vepřové maso, různé guláše nebo pečená sekaná.

Důležitá součást české kuchyně jsou **omáčky**. Velmi hutné a výživné. Přidáváme do nich smetanu a jíšku. Typické omáčky jsou: svíčková, rajská, papriková, koprová a houbová. K masu používáme běžné přílohy: těstoviny, brambory, rýži. Také tepelně upravujeme zelí, kapustu a špenát.

Českou **specialitou jsou knedlíky**, houskové a bramborové. Houskové **knedlíky připravujeme** z (obilné) mouky a přidáváme kousky housky. Bramborové knedlíky jsou z uvařených brambor, mouky a krupice. Podle ročních období připravujeme **zeleninová jídla** (smažený květák, lečo s vejci), jídla z hub. Připravujeme **ovocné knedlíky**, např. meruňkové, švestkové nebo jahodové. V české kuchyni se také používá mák a povidla.

V restauracích je jedním z nejoblíbenějších jídel smažený sýr, hovorově „**smažák**“, k pivu v hospodách např. utopenci a nakládaný hermelín nebo bramborák.

Český kapr, chovaný převážně v jižních Čechách, se exportuje i do zahraničí. Na **Vánoce** jíme **kapra** (v některých rodinách řízek) a **bramborový salát** a rybí polévku. Jíme **vánoční cukroví**.

Nápoje: **České pivo** má lahodnou chuť a velmi se hodí k české kuchyni. České pivo je světoznámé a má dlouhou tradici. Nejznámější značka piva je Plzeňský Prazdroj (Pilsner Urquell) a Budějovický Budvar. Také **víno** má v Čechách tradici. Nejznámější vína pochází z Jižní Moravy.

Dezerty: Častým dezertem jsou **české buchty, koláče** a moučníky, různé kompoty. Na Vánoce pečeme vánoční cukroví a při oslavách narozenin dorty. Skoro každá rodina má své vlastní recepty.



5. Odpovězte na otázky:

5a Jaké potraviny používáme v české kuchyni? Napište min. 6 slov.

.....

5b Jaké tradiční pokrmy Češi jí? Napište min. 3.

.....

5c Jakou značku českého piva znáte? Napište min. 1.

.....

5d Z čeho připravujeme knedlík?

.....

5e Co jí Češi na Vánoce?

.....

Dostupné z portálu www.inkluzivniskola.cz, vytvořeného společností META, o.p.s. za finanční podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Provoz portálu je spolufinancován z prostředků Evropského fondu pro integraci státních příslušníků třetích zemí.



Autorka: Tereza Vágnerová

Kdy jíme?

	KDY?	CO?	ZAJÍMAVOST
SNÍDANĚ			
OBĚD			
VEČEŘE			

Dostupné z portálu www.inkluzivniskola.cz, vytvořeného společností META, o.p.s. za finanční podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Provoz portálu je spolufinancován z prostředků Evropského fondu pro integraci státních příslušníků třetích zemí.



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY

